

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP DUKUNGAN SOSIAL
KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA
MENOPAUSE**

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan oleh:

Rina Setya Utami
F 100 060 167

FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP DUKUNGAN SOSIAL
KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA
MENOPAUSE**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Memperoleh
Derajat Sarjana S-1 Psikologi

Diajukan oleh :

**Rina Setya Utami
F 100 060 167**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2015**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP DUKUNGAN
SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN
MENGHADAPI MASA MENOPAUSE**

Disusun oleh:

**Rina Setya Utami
F 100 060 167**

Telah disetujui untuk dipertahankan
di depan Dewan Penguji oleh:

Pembimbing Skripsi


(Dr. Taufik Ph.D.)

Tanggal 12 Januari 2015

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERHADAP DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI MASA MENOPAUSE

Menopause merupakan proses alami yang dialami setiap wanita. Menopause adalah kejadian sesaat saja yaitu perdarahan haid terakhir. Namun bagi sebagian wanita, masa menopause merupakan saat yang paling menyedihkan dalam hidup. Ada banyak kekhawatiran yang menyelubungi pikiran wanita ketika memasuki fase ini sehingga banyak wanita mengalami rasa cemas ketika menghadapi masa menopause. Salah satu cara terbaik untuk menghadapi kecemasan saat menopause adalah dengan berbagi dan membicarakannya dengan orang-orang disekelilingnya, karena dengan menceritakannya akan membuat orang tersebut lebih mudah dalam menerima menopause. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause. Hipotesis yang diajukan ada hubungan negatif antara persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause.

Subjek penelitian yaitu karyawan koperasi “Sejahtera Bersama” Surakarta yang berjumlah 40 orang. Bentuk sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sample*. Alat pengumpul data menggunakan skala persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dan skala kecemasan menghadapi menopause. Metode analisis data menggunakan teknik analisis korelasi product moment

. Hasil analisis *product moment* diperoleh nilai koefisien korelasi product moment (r) = -0,577; koefisien determinan atau sumbangan efektif (r^2) = 0,333; taraf signifikansi atau *probability* (p) = 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut diinterpretasi ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause. Sumbangan efektif persepsi terhadap dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause sebesar 33,3% Hal ini berarti masih terdapat 66,7% variabel lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi menopause selain variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga, diantaranya usia, tingkat pendidikan, kelemahan fisik, lingkungan, konstitusi dan hereditas, trauma dan konflik.

Variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga mempunyai rerata empirik sebesar 104,98 dan rerata hipotetik sebesar 90 yang berarti kategori persepsi terhadap dukungan sosial keluarga subjek penelitian tergolong sedang. Variabel kecemasan menghadapi menopause diketahui rerata empirik sebesar 54,08 dan rerata hipotetik sebesar 70 yang berarti kecemasan menghadapi menopause pada subjek penelitian tergolong rendah.

Kata kunci:

*Persepsi terhadap Dukungan Sosial Keluarga
Kecemasan Menghadapi Menopause
koperasi “Sejahtera Bersama” Surakarta*

PENGANTAR

Menopause merupakan proses alami yang dialami setiap wanita. Menopause adalah kejadian sesaat saja yaitu perdarahan haid terakhir. Namun bagi sebagian wanita, masa menopause merupakan saat yang paling menyedihkan dalam hidup. Ada banyak kekhawatiran yang menyelubungi pikiran wanita ketika memasuki fase ini. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa 75% wanita yang mengalami menopause merasakan menopause sebagai masalah atau gangguan, sedangkan 25% lainnya tidak memperlmasalahkannya. Seorang wanita akan mengalami ketidakstabilan emosi seiring dengan kekhawatiran perubahan pada tubuh akibat berakhirnya masa haid. Seperti hormon tubuh yang dapat berubah maka suasana hati juga dapat berubah. Hal ini menunjukkan bahwa wanita sangat sensitif terhadap pengaruh emosional dan fluktuasi hormon. Pada suatu penelitian di Jakarta ditemukan hubungan antara penurunan kadar estrogen dengan perubahan *mood* yang terjadi pada masa perimenopause. Dikatakan bahwa ditemukan depresi sebanyak 37,9% pada perempuan perimenopause yang mengalami penurunan kadar estrogen. Kadar estrogen yang rendah memiliki risiko untuk menjadi depresi 3,7 kali lebih besar

dibandingkan dengan yang tidak mengalami penurunan estrogen. Wanita seperti ini tidak mendapat informasi yang benar tentang menopause sehingga yang dibayangkan hanya efek negatif yang dialami setelah memasuki masa menopause. Kestabilan emosi akan diperoleh kembali setelah mendapat informasi yang benar tentang menopause dan mampu beradaptasi dengan perubahan yang terjadi pada masa menopause (Aprillia dan Puspitasari, 2010).

Menurut penelitian Robertson Clinic Australia, dari 300 pasien usia menopause terdapat 31,2% pasien mengalami depresi dan kecemasan (Christiani dkk, 2000). Baziad (2007) menyatakan lebih kurang 70% perempuan pada masa peri dan pasca menopause mengalami keluhan vasomotoris yaitu rasa panas yang tiba-tiba muncul, depresi, dan keluhan psikis dan somatis lainnya. Lebih kurang 90% lainnya mengatakan mudah tersinggung, merasa takut, gelisah, dan cepat marah. Kasus yang terjadi dan hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan dimasa menopause membutuhkan pemahaman lebih dalam agar perempuan bisa mudah menerima perubahan masa menopause. Menurut Dr. Supriyadi H. R, Sp. OG, ginekolog dari Rumah Sakit Sumber Waras Surakarta menuturkan bahwa

biasanya yang mengalami gejala menopause tidak muncul pada orang desa, melainkan pada wanita perkotaan yang mempunyai beban pikiran lebih banyak.

Kasdu (2002) menyebutkan bahwa 50-60% wanita di Indonesia dapat melewati masa menopause dengan tenang, hampir tanpa tanda-tanda gangguan fisik maupun emosional dan sekitar 40% atau lebih dapat mengalami keadaan yang menyedihkan baik fisik maupun emosional. Masalah menopause perlu diketahui secara jelas oleh setiap wanita. Wanita sebagai ibu adalah pemelihara ketenangan, kesehatan dan kerukunan keluarga, juga terkadang ikut mencari nafkah tambahan bagi keluarga. Maka perubahan-perubahan fisiologis ibu sebaiknya dikenal, diketahui dan dipahami dengan baik dan benar pula oleh semua anggota keluarga terutama suami.

Berhentinya menstruasi secara menetap membawa konsekuensi kesehatan baik fisik maupun psikis yang dapat menjadi fatal bila tidak ditangani dengan serius. Fungsi reproduksi yang menurun menimbulkan dampak yaitu ketidaknyamanan dalam menjalani kehidupan. Bagi sebagian wanita, menopause menimbulkan rasa cemas dan risau. Hal ini akan menjadi tekanan dan semakin memberatkan apabila wanita tersebut selalu

berpikiran negatif. Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan kecemasan wanita dalam menghadapi menopause antara lain pengetahuan, sikap, dukungan keluarga, karakteristik sosial budaya, kondisi ekonomi dan gaya hidup.

Dukungan keluarga merupakan faktor eksternal paling baik dalam membantu ibu atau istri untuk melalui masa menopause tanpa kecemasan berlebih. Sebagai contoh suami yang tidak menuntut istri untuk tampil dengan kesempurnaan fisik dan dapat menyakinkan baik dalam perkataan maupun tindakan, akan sangat membantu untuk menyakini bahwa tidak ada yang perlu dicemaskan ketika datang masa menopause (Lianawati, 2008).

Rogers (Rohman dkk, 2000) menyebutnya sebagai *need of positif regard*, setiap manusia mempunyai kebutuhan akan kehangatan, penghargaan, dan rasa cinta dari orang lain. Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan kehadiran orang lain karena tidak bisa memenuhi kebutuhan fisik dan psikologisnya sendiri. Demikian juga ketika menghadapi persoalan, individu cenderung akan mencari orang terdekat yang dipercaya untuk membantunya menemukan jalan keluar hingga individu tetap merasa berharga dan dicintai. Hubungan antar pribadi yang bersifat membantu dan menolong yang

diperoleh dari orang lain yang dapat dipercaya disebut sebagai dukungan sosial.

Banyak penelitian mengenai pengaruh positif dukungan sosial. Hartanti (2002), hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa dukungan sosial secara signifikan dapat digunakan sebagai penentu cara untuk keluar dari depresi sekaligus memprediksi depresi. Dukungan sosial dianggap menjembatani kepribadian dengan penyebab depresi.

Diharapkan adanya peran dari keluarga berupa perhatian, pengertian, kesabaran, bimbingan dan semangat dari suami dan anak akan sangat membantu wanita menghadapi masa ini. Kenyataannya tidak semua wanita merasa cemas dengan datangnya menopause, karena mereka merasa bahwa itu adalah bagian dari siklus hidup yang harus dijalani tanpa rasa kecemasan yang terlalu besar. Sebagian wanita yang merasa cemas akan memasuki menopause justru kurang mendapatkan perhatian dari keluarganya. Suami yang sibuk bekerja, anak-anak yang sudah mulai dewasa dan mempunyai urusan sendiri inilah yang menyebabkan bahwa memasuki menopause mereka kurang mendapatkan dukungan dari keluarga.

Dukungan sosial adalah tersedianya rasa nyaman, didengar, adanya dukungan atau bantuan dari orang lain yang diterima

individu dari orang terdekat atau suatu kelompok (Sarafino, 2002). Dukungan sosial diperoleh karena kehadiran orang lain dalam keakraban sosial mempunyai manfaat emosional dan efek perilaku bagi pihak penerima (Gotlieb dalam Smet, 2001), yaitu tersedianya dukungan bagi individu ketika menghadapi masalah dan mencari seseorang untuk membantu membicarakan jalan keluar permasalahan. Dukungan sosial membutuhkan faktor keakraban (*communality*) untuk bisa berfungsi membantu individu keluar dari masalah. Bentuk dukungan sosial bisa berupa kesempatan untuk bercerita, meminta pertimbangan, bantuan, nasehat, tersedianya rasa nyaman, atau bahkan tempat berkeluh kesah. Dukungan sosial terdiri dari lima faktor, yaitu dukungan penilaian, emosional, peralatan, informasi, dan jaringan dukungan.

Merujuk teori buffering (Sarafino, 2002), dalam kondisi stres tinggi, dukungan sosial secara efektif dapat melindungi kesehatan individu dari efek negatif stres. Dengan melihat kualitas dukungan sosial yang dirasakan dengan respon yang diberikan individu ketika masa stres tinggi. Dukungan sosial dilihat dari aspek fungsional yaitu seberapa besar dukungan sosial bisa membantu proses penyesuaian diri perempuan menghadapi menopause.

Misalnya dengan cara memodifikasi respon, setelah individu memutuskan situasi menopause sebagai krisis. Individu dibantu menilai dan melihat sisi positif menopause, diyakinkan bahwa menopause adalah proses normal yang tak perlu ditakutkan.

Reitz (Wulandari, 2004) mengemukakan bahwa salah satu cara terbaik untuk menghadapi kecemasan saat menopause adalah dengan berbagi dan membicarakannya dengan orang-orang disekelilingnya, karena dengan menceritakannya akan membuat orang tersebut lebih mudah dalam menerima menopause. Selain itu Kasdu (2002) juga mengatakan bahwa banyak wanita dapat memahami gejala-gejala menopause dan menjalaninya dengan bantuan dan dukungan dari orang-orang disekitarnya, seperti teman dan keluarga, khususnya suami. Kasdu (2002) juga menyatakan bahwa seseorang yang menjalani masa menopause juga membutuhkan dukungan dalam bentuk informasi, seperti pemahaman dan informasi yang benar tentang menopause, karena dengan pengetahuan dan informasi yang benar akan membantu mereka dalam memahami dan mempersiapkan dirinya untuk menjalani menopause dengan baik. Adanya pemahaman bagaimana menopause dapat mempengaruhi dirinya, dapat

membantu seseorang dalam mengatasi perubahan-perubahan yang mungkin akan terjadi. Selain itu pengetahuan yang dimiliki seseorang juga dapat mempengaruhi sikapnya terhadap menopause. Selain itu yang dibutuhkan oleh seseorang yang mengalami menopause adalah pengertian dan dukungan dari keluarga dan lingkungan.

Pengertian, penerimaan dan dukungan dari suami dan anak-anak sangat besar artinya bagi wanita yang menjalani menopause. Suami serta anak yang peduli dan perhatian serta dapat diajak berbagi, akan sangat membantu seseorang dalam menjalani masa menopausenya. Perhatian yang diperoleh akan membuatnya merasa berharga dan dicintai oleh keluarganya. Hurlock (2007) juga menyatakan bahwa pada masa ini, terdapat perubahan hubungan dari hubungan yang berpusat pada keluarga (*family centered relationship*) menjadi hubungan yang berpusat pada pasangan (*pair centered relationship*), dimana hal ini menunjukkan bahwa peran pasangan sangat penting artinya dalam kehidupan.

Komunikasi dan keterbukaan diantara keduanya dapat membantu seseorang menjalani menopausenya dengan lebih baik. Hal ini dapat terjadi apabila permasalahan yang muncul saat menopause dibicarakan secara bersama-sama dan dicari solusinya.

Retnowati (2002) mengungkapkan bahwa keberadaan, dukungan dan perhatian dari suami dan anak dapat membuat seorang wanita menopause merasa dicintai dan dihargai. Kasdu (2002) juga menyatakan bahwa peran positif dari suami dan anak akan membuat seorang wanita berpikir bahwa kehadirannya masih sangat dibutuhkan dalam menghadapi kehidupan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif diskriptif. Variabel bebasnya yaitu persepsi terhadap dukungan sosial keluarga. Variabel tergantung kecemasan menopause. Subyek untuk penelitian adalah karyawan Koperasi "Sejahtera Bersama" Surakarta berjumlah 75 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sample*. Alat ukur yang digunakan skala Persepsi terhadap dukungan sosial keluarga, dan skala Kecemasan menghadapi menopause. Analisis data yang digunakan korelasi *product moment*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis korelasi *product moment* diperoleh nilai koefisien $r = -0,577$; nilai $r^2 = 0,333$; $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil ini menunjukkan hipotesis penelitian yang berbunyi "Ada hubungan negatif yang sangat

signifikan antara persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause" dapat diterima atau terbukti kebenarannya. Sumbangan efektif persepsi terhadap dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause sebesar 33,3% Hal ini berarti masih terdapat 66,7% variabel lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi menopause selain variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga, diantaranya usia, tingkat pendidikan, kelemahan fisik, lingkungan, konstitusi dan hereditas, trauma dan konflik.

Variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga mempunyai rerata empirik sebesar 104,98 dan rerata hipotetik sebesar 90 yang berarti kategori persepsi terhadap dukungan sosial keluarga pada subjek penelitian tergolong sedang. Variabel kecemasan menghadapi menopause diketahui rerata empirik sebesar 54,08 dan rerata hipotetik sebesar 70 yang berarti kecemasan menghadapi menopause pada subjek penelitian tergolong rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh beberapa ahli. Kasdu (2002) bahwa banyak wanita dapat memahami gejala-gejala menopause dan menjalaninya dengan bantuan dan dukungan dari orang-orang disekitarnya, seperti teman dan keluarga, khususnya

suami. Kasdu (2002) juga menyatakan bahwa seseorang yang menjalani masa menopause juga membutuhkan dukungan dalam bentuk informasi, seperti pemahaman dan informasi yang benar tentang menopause, karena dengan pengetahuan dan informasi yang benar akan membantu mereka dalam memahami dan mempersiapkan dirinya untuk menjalani menopause dengan baik. Adanya pemahaman bagaimana menopause dapat mempengaruhi dirinya, dapat membantu seseorang dalam mengatasi perubahan-perubahan yang mungkin akan terjadi. Selain itu pengetahuan yang dimiliki seseorang juga dapat mempengaruhi sikapnya terhadap menopause. Selain itu yang dibutuhkan oleh seseorang yang mengalami menopause adalah pengertian dan dukungan dari keluarga dan lingkungan.

Manakala individu memperoleh dukungan sosial berupa perhatian emosional, ia akan merasa bahwa orang lain akan memberi perhatian, menghargai dan mencintai dirinya, ia akan lebih mempunyai kemantapan diri yang baik serta memiliki sikap yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian untuk memiliki mencapai segala sesuatu yang diinginkan.

Santrock (2008) mengemukakan dukungan sosial yang diterima individu akan mempengaruhi cara individu dalam mengatasi masalah, bahkan akan menimbulkan perasaan positif. Dukungan positif dapat mengurangi stres, dan bekerja sebagai pelindung untuk melawan perubahan yang akan dialami individu dalam usahanya untuk menyesuaikan diri. Rahardjo dkk (2008) pada penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa dukungan sosial dibutuhkan oleh individu pada usia berapapun agar dapat berkembang secara optimal. Semakin dewasa, individu dituntut untuk dapat lebih mandiri, namun bagaimana pun hidup masih membutuhkan dukungan orang lain. Pada individu dewasa, seseorang memiliki jaringan sosial yang lebih luas dibandingkan anak dan remaja. Jaringan sosial tersebut meliputi keluarga, pacar, sekolah (universitas), teman organisasi dan masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa pihak yang berperan besar dalam membantu individu dalam menghadapi masalah adalah teman dan orangtua. Retnowati (2002) mengungkapkan bahwa keberadaan, dukungan dan perhatian dari suami dan anak dapat membuat seorang wanita menopause merasa dicintai dan dihargai.

Sumbangan efektif persepsi terhadap dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause 33,3% yang ditunjukkan oleh koefisien determinan (r^2) sebesar 0,333. Hal ini berarti masih terdapat 66,7% variabel lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi menopause selain variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga. Sesuai pendapat Irmawati (2003), kecemasan menghadapi menopause dipengaruhi oleh : Kepribadian, Kepercayaan, tingkat pendidikan, status kerja. Adapun Page (2004) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan (termasuk kecemasan menghadapi menopause diantaranya) faktor fisik, trauma atau konflik, *conditioning*, hereditas dan lingkungan.

Variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga mempunyai rerata empirik sebesar 104,98 dan rerata hipotetik sebesar 90 yang berarti kategori persepsi terhadap dukungan sosial keluarga pada subjek penelitian tergolong sedang. Kondisi terserbut dapat diartikan bahwa aspek-aspek dukungan emosional, dukungan informatif, dukungan instrumental, dan dukungan penilaian belum semuanya dapat diterima secara optimal oleh subjek penelitian. Kondisi ini menunjukkan perlu adanya peran keluarga yang lebih optimal untuk lebih

memberi dukungan pada wanita yang akan menghadapi menopause. Hasil analisis deskripsi menunjukkan dari 40 subjek penelitian terdapat 2 subjek (5%) memiliki persepsi dukungan sosial keluarga sangat tinggi, 20 subjek (50%) memiliki persepsi dukungan sosial keluarga tinggi, 15 subjek (37,5%) memiliki persepsi dukungan sosial keluarga sedang, dan 3 subjek (7,5%) memiliki persepsi dukungan sosial keluarga rendah. Dengan demikian meskipun secara rata-rata persepsi dukungan sosial keluarga tergolong sedang namun kondisi persepsi dukungan sosial keluarga pada umumnya cukup variatif.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Hasil analisis product moment diperoleh nilai koefisien korelasi product moment (r) = - 0,577; koefisien determinan atau sumbangan efektif (r^2) = 0,333; taraf signifikansi atau *probability* (p) = 0,000 ($p < 0,01$). Hasil tersebut diinterpretasikan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara persepsi terhadap dukungan sosial keluarga dengan kecemasan menghadapi menopause.

2. Sumbangan efektif persepsi terhadap dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan menghadapi menopause sebesar 33,3% Hal ini berarti masih terdapat 66,7%

variabel lain yang mempengaruhi kecemasan menghadapi menopause selain variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga, diantaranya usia, tingkat pendidikan, kelemahan fisik, lingkungan, konstitusi dan hereditas, trauma dan konflik.

3. Variabel persepsi terhadap dukungan sosial keluarga mempunyai rerata empirik sebesar 104,98 dan rerata hipotetik sebesar 90 yang berarti kategoripersepsi terhadap dukungan sosial keluarga subjek penelitian tergolong sedang. Variabel kecemasan menghadapi menopause diketahui rerata empirik sebesar 54,08 dan rerata hipotetik sebesar 70 yang berarti kecemasan menghadapi menopause pada subjek penelitian tergolong rendah.

Saran

1. Kepada peneliti selanjutnya

Kepada peneliti lain yang tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema yang sama penulis menyarankan :

- a. Lebih mengontrol ruang lingkup yang lebih luas. Misalnya dengan memperluas ruang populasi, atau menambah variabel-variabel lain agar hasil yang didapat lebih bervariasi dan beragam sehingga kesimpulan yang diperoleh lebih menyeluruh komprehensif.

- b. Menambah karakteristik subjek penelitian misalnya menetapkan sejumlah indikator subjektif seperti faktor penyebab perceraian, usia perkawinan orangtua, status sosial ekonomi

DAFTAR PUSTAKA

- Aprillia, N.I. dan Puspitasari¹, N. 2010. Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan pada Wanita Perimenopause. *The Indonesian Journal of Public Health*, Vol. 4, No. 1, Juli 2007: 35-42.
- Baziad, A. 2007. Taktik Menghadapi Masa Menopause : Makalah Seminar Taktik Menghadapi Masa Menopause. Yogyakarta : Fakultas Kedokteran UGM.
- Christiani. Retnowati S dan Purnamaningsih, E.H. 2000. Hubungan Persepsi Tentang Menopause dengan Tingkat Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause. *Jurnal Psikologi* 2000, NO. 2, 96 – 100 ISSN : 0215 – 8884
- Hartanti. 2002. *Peran sense of humor* dan dukungan sosial pada tingkat depresi penderita dewasa pascastroke. *Jurnal Anima*, Vol 17(2), 107-119.
- Rohman, T.N., Prihartanti, N., & Rosyid, H.,F. (2000). Hubungan antara dukungan sosial dengan burnout pada perawat putri di rumah sakit swasta. *Jurnal Psikologika*, No 4(II), 51-59.

Rostiana T., & Kurniati IMG. 2009. Kecemasan Pada Wanita Yang Menghadapi Menopause. *Jurnal Psikologi Volume 3, No. 1. Hal.76-86*

Sarafino, E. P. 2002. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions. Third Edition*. Canada: John Willey and Sons.

Smet, B. 2001. *Psikologi Kesehatan* (terjemahan : Kartono, K) Jakarta: Grasindo

Wulandari, A. 2004. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kecemasan Menghadapi Menopause *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi UMS.